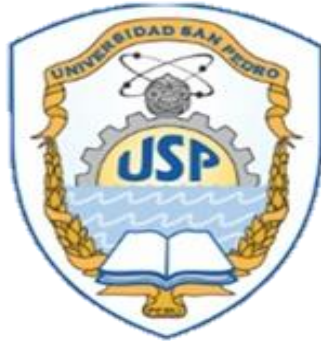


UNIVERSIDAD SAN PEDRO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Estrés cotidiano en niños de la institución educativa
Leoncio Prado de Canchabamba - Huánuco, 2017.
Huánuco -2017.

Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en
Psicología

Autor:
Torres Castillo, Elena Elvira

Asesor:
Castro Santisteban, Martín

HUARAZ – PERU

2018

1. Palabra clave

Estrés Cotidiano Infantil.

KEY WORD

Daily stress in children

Líneas de investigación

Salud publica

3. TÍTULO

**Estrés cotidiano en niños de la institución educativa Leoncio Prado de
Canchabamba – Huánuco -2017.**

3. RESUMEN

El propósito del presente trabajo es describir los niveles de estrés cotidiano en niños de la Institucion Educativa Leoncio Prado – Canchabamba. El estudio corresponde a un nivel descriptivo y diseño transversal y no experimental, se utilizó para el recojo de información el “inventario de estrés cotidiano infantil (IECI, Trianes, Blanca, Fernández-Baena, Escobar, y Maldonado, publicada 2011)” como muestra se utilizó a 71 estudiantes entre varones y mujeres. como resultados se obtuvo, En estrés total, muy bajo 39.4% bajo 11.3%, medio 31.0%, Alto 5.6% y muy alto 12.7%. y tambien se reportan resultados por cada una de las dimensiones como son en el ámbito escolar, salud y familiar. Según sexo y edad.

Palabras clave: Estrés cotidiano infantil, niños, Institución Educativa.

4. ABSTRACT

The purpose of the present work is to describe the levels of daily stress in children of the Leoncio Prado - Canchabamba Educational Institution. The study corresponds to a descriptive level and cross-sectional and non-experimental design, it was used for the recognition of information of the "daily childhood stress inventory" (IECI, Trianes, Blanca, Fernández-Baena, Escobar, and Maldonado, published 2011) "as sample was used to 71 students between men and women, as results were obtained, in total stress, very low 39.4% under 11.3%, medium 31.0%, high 5.6% and very high 12.7%. and results are also reported for each of dimensions as a child in school, health and family, according to sex and age.

Key words: Daily stress for children, children, Educational Institution.

INDICE DE CONTENIDOS

Pág.

CARATULA	
1. PALABRA CLAVE.....	ii
2. TITULO.....	iii
3. RESUMEN.....	iv
4. ABSTRACT.....	v
Índice	vi
general.....	viii
Índice de Tablas.....	
5. INTRODUCCION	1
5.1 Antecedentes y fundamentación científica.....	1
Antecedentes.....	1
Fundamentacion cientifica	7
Estrés cotidiano Infantil.....	7
Clases de estrés	8
Estrés Cotidiano en los Niños	11
Síntomas de estrés	13
Causas de estrés cotidiano	14
Marco conceptual	20
5.2 Justificacion de la Investigacion	21
5.3 Problema	22
Formulación de Problema de investigación.....	25
5.4 Conceptualizacion y Operalizacion de la Variable	26
5.5 Objetivos	27
Objetivo general.....	27
Objetivos específicos	27
6. METODOLOGIA	28
Tipo y Diseño de Investigacion.....	28
Poblacion.....	28
Muestra.....	29
Metodo, Tecnica e Instrumentos de Recoleccion de Datos.....	30

Tecnica.....	30
Instrumento.....	30
Procesamiento y procedimiento de recoleccion de datos.....	33
Proteccion de los Derechos Humanos.....	34
7. RESULTADOS	35
Distribucion de los niveles de estrés cotidiano general	35
Estrés cotidiano en el Ambito Salud	36
Estrés cotidiano en el Ambito Escolar	37
Estrés cotidiano en el Ambito Familiar.....	37
Estrés cotidiano según Sexo	38
Estrés cotidiano según Edad	39
8. ANALISIS Y DISUSION.....	40
9. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	42
9.1 Conclusion	42
9.2 Recomendaciones.....	43
10. AGRADECIMIENTOS	45
11. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	46
12 ANEXO Y APENDICE.....	49
12.1 Apendice	49
12.2 Anexos	50

ÍNDICES DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de Operacionalización de variables.....	26 35
Tabla 2 Distribución de Niveles de estrés cotidiano.....	36 36
Tabla 3 Estrés cotidiano Ámbito Salud.....	37 38
Tabla 4 estrés cotidiano Ámbito Escolar.....	39
Tabla 5 Estrés Cotidiano Ámbito Familiar.....	
Tabla 6 Estrés cotidiano según Sexo.....	
Tabla 7 estrés cotidiano según Edad.....	

5. INTRODUCCIÓN

5.1 Antecedentes y fundamentación científica

Antecedentes

Amores (2016), investigo acerca del “estrés infantil y la agresividad, por lo que su objetivo principal fue “Establecer la incidencia que tiene el estrés infantil en la agresividad de los niños y niñas de 4 a 5 años de la Unidad Educativa “San Vicente Ferrer” de la ciudad de Puyo, cantón y provincia de Pastaza, en el año lectivo 2013”. Esta investigación fue recolectada mediante la aplicación de una ficha de observación sobre la actividad que contiene dos categorías y en una cantidad de 75 niños y niñas. En los cuales se llegaron a los siguientes análisis, Sobre si los niños y niñas lloran cuando están cerca de los padres de familia, se establecen los siguientes resultados: el 45% manifiesta que siempre, el 43% a veces; mientras que, el 12% nunca. Los padres de familia protegen en exceso a sus hijos e hijas, circunstancia que incide directamente en la agresividad de sus hijos, siendo necesario orientar mediante charlas para minimizar las actitudes de agresividad. Si los padres de familia dejan a sus hijos al cuidado de familiares o terceras personas, el 43% señala que a veces, el 34% nunca; mientras que el 23% siempre.

Flores (2017) realizó un trabajo de investigación titulado propiedades psicométricas de la escala de estrés cotidiano infantil en niños de 3ero a 5to grado de primaria de colegios de Lima Metropolitana. La presente investigación tuvo como objetivo construir la Escala de Estrés Cotidiano Infantil (EECI) y reportar sus propiedades psicométricas. La prueba fue aplicada en 421 niños y niñas de 3ero, 4to y 5to grado de primaria de colegios públicos y privados de Lima Metropolitana. Se proporcionan evidencias de validez relacionadas al contenido de la prueba por medio de un criterio de jueces conformado por nueve expertos. También, se reportan evidencias de validez relacionadas a la estructura interna de la prueba, por medio del análisis factorial, encontrándose una estructura unidimensional (alfa ordinal = .91, EEM = 3.66). Asimismo, las evidencias de validez vinculadas a la relación con otras variables se llevaron a cabo a partir de la correlación entre la EECI y la Lista de Chequeo Conductual de Ansiedad en Niños (LCCAN) propuesta por Alarcón (1993). Esta correlación fue estadísticamente significativa y fuerte. Finalmente, se realizó una comparación de los niveles de estrés según el sexo, el grado y el tipo de colegio y no se hallaron diferencias estadísticamente significativas. Por ello, se realizó una clasificación de baremos en quintiles sin necesidad de dividirlos en subgrupos.

González (2015) realizó la siguiente investigación titulada “El estrés. Repercusión del estrés en la infancia” donde nos señala que el estrés es positivo o negativo según quien lo mire. Existen gran variedad de factores generadores de estrés en cada persona, en sus hogares o en su entorno y dependiendo de la situación y de las habilidades cognitivas del que lo experimenta, éste va a responder con técnicas de afrontamiento saludables o por lo contrario, padeciendo las consecuencias fisiológicas, psicológicas y sociales del estrés, lo cual lleva a la persona hasta las puertas de la enfermedad, como veremos en esta monografía. Se encuentra amplia bibliografía del estrés en el adulto, sin embargo, es desde hace pocos años que se comienzan a focalizar algunos estudios en la existencia y el impacto del estrés en la etapa más vulnerable de la vida, el estrés en la infancia. Se advierte que los niños también se estresan, que afrontan difíciles retos de distinta intensidad durante su temprana edad, siendo difícil detectar y prevenir por nuestro actual estilo de vida.

Huertas (2017) realizó la presente investigación “Estrés cotidiano infantil y memoria auditiva inmediata en estudiantes de cuarto y quinto de primaria de una institución educativa – 2017” este trabajo fue de tipo descriptivo – correlacional, ya que buscaba medir la relación entre el estrés cotidiano infantil, a través del Inventario de Estrés Cotidiano infantil (IECI) y la Memoria Auditiva Inmediata, mediante el test de memoria auditiva inmediata (MAI), en una población de 99 estudiantes de cuarto y quinto de primaria, el coeficiente de correlación utilizado

se obtuvo por la correlación de spearman. Los resultados obtenidos muestran que si existe correlación ($r = 0,246$), con un nivel de significancia ($p = 0.014$) menor al 5%, entre la variable estrés cotidiano infantil y la memoria auditiva inmediata; asimismo si existe correlación ($r = 0,352$), con un nivel de significancia de ($p = 0.00$) entre la variable estrés en el ámbito familiar (IECI) y la memoria auditiva inmediata, mientras que no se encontró correlación entre las escalas de estrés en el ámbito escolar ($r = 0,128$) y problemas de salud y psicosomáticos ($r = 0,033$) y la memoria auditiva inmediata. Se obtuvo que el 52% de la población estudiada presenta un nivel regular de estrés, el 19% de los estudiantes un nivel alto de estrés y el 28% presenta un nivel bajo de estrés. Finalmente el 46% de los estudiantes logro obtener un nivel regular de memoria, mientras que el 27% alcanzo un nivel bajo, y el 26% un nivel alto de memoria.

Martínez y Otero (2012), en su trabajo de investigación titulado estrés en la infancia, concluye en lo siguiente; Con la exploración realizada se quieren extraer pautas psicopedagógicas básicas que contribuyan a prevenir el estrés e impulsen el cultivo de un ambiente escolar apropiado. Dicho esto, se confirma en nuestra investigación la presencia de estrés en la infancia y, por tanto, la necesidad de prestar atención a un fenómeno que durante mucho tiempo se ha obviado. El 11,54% de la muestra presenta estrés: leve (7,05%) o grave (4,49%). Estos datos, meramente descriptivos, y que con arreglo al test utilizado se explican a partir de estresores cotidianos del ámbito de la familia, de

la escuela y de la salud, deben ser tenidos en cuenta, no sólo por los especialistas clínicos, sino también por los profesionales de la educación.

Pacheco (2016), Presenta el trabajo de investigación titulado “Estrés en la infancia evaluación e intervención educativa”, es una investigación realizado en estudiantes del nivel primario, en lo que llegan a los siguientes resultados, el profesorado del centro percibe un alto nivel de estrés en las familias y en el alumnado (60%), mientras que el estrés percibido en su propio desempeño profesional es algo más bajo. Los docentes del centro otorgan gran importancia al control del estrés en todos los ámbitos (60%). De manera global, el nivel de conocimiento que tiene el profesorado sobre el control del estrés en los diferentes ámbitos estudiados se sitúa por debajo del 51%. La formación que el profesorado considera que ha recibido es muy escasa y la computan por debajo del 40% en todos los ámbitos. El 60% del profesorado considera de gran importancia la inclusión de formación sobre control del estrés en el plan de estudios del Grado de Maestro por lo cual concluye en que el comportamiento de los estudiantes en el aula, su motivación, atención y concentración, su desarrollo socioemocional y rendimiento académico depende de un gran número de factores. Entre éstos se puede citar el estrés que, aunque tradicionalmente ha sido considerado como un fenómeno ligado fundamentalmente a la población adulta, tiene un gran impacto en el ámbito infantil y juvenil. No obstante, a pesar de su importancia, es

necesario puntualizar algunos aspectos que influyen en el estudio, evaluación y tratamiento de este fenómeno. Por otra parte, tal y como arrojan los resultados del cuestionario aplicado, el profesorado, a pesar de que percibe altos niveles de estrés en la sociedad actual, manifiesta la escasa formación recibida en este ámbito y el insuficiente conocimiento de que dispone para controlar el estrés.

Pérez (2016), en su trabajo de investigación titulado; "factores de estrés cotidiano entre alumnos de quinto primaria y alumnos de sexto primaria que egresan de la escuela kemna'oj.", concluye en lo siguiente: Los principales factores desencadenantes de estrés cotidiano en los alumnos de quinto y sexto primaria de la Escuela Kemna'oj son el ámbito familiar y el ámbito escolar, los cuales provocan insatisfacción creando personas vulnerables. Los alumnos de sexto primaria quienes egresan de la institución académica presentan un nivel de estrés global más elevado, al igual que en las diferentes subescalas medidas: Ámbito de la salud, ámbito escolar y ámbito familiar, en comparación a los alumnos de quinto primaria quienes mostraron resultados menos elevados teniendo presente que la diferencia no es significativa. Los factores de estrés cotidiano varían de un grupo a otro, concluyendo que el ámbito escolar es el principal estresor en los alumnos de quinto primaria, mientras que el ámbito familiar en los alumnos de sexto primario. Por su parte el ámbito de la salud no refleja ser un área significativa de preocupación para los alumnos.

Fundamentación científica.

Estrés cotidiano infantil

El estrés es lo que uno nota cuando reacciona a la presión, sea del mundo exterior sea del interior de uno mismo. El estrés es una reacción normal de la vida de las personas de cualquier edad. Está producido por el instinto del organismo de protegerse de las presiones físicas o emocionales o, en situaciones extremas, del peligro.

Para Ferrero (2003) El estrés es un estímulo que nos agrede emocional o físicamente. Si el peligro es real o percibido como tal, el resultado es el mismo. Usualmente provoca tensión, ansiedad, y distintas reacciones fisiológicas. Es la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento de un sujeto que busca adaptarse y reajustarse a presiones tanto internas como externas.

Mientras tanto Pacheco (2016), nos indica que la palabra estrés actualmente se utiliza en el lenguaje coloquial para indicar una situación de malestar y tensión; estar estresado se asocia normalmente a trastornos como ansiedad, insomnio, irritabilidad, cansancio, depresión. Es innegable que el estrés es un factor importante capaz de influenciar en nuestro estado de salud, las investigaciones científicas modernas demuestran hasta qué punto son profundos sus efectos en el organismo humano. Por citar un par de ejemplos importantes, recordemos que nuestro estado emocional y el sistema inmunitario pueden estar influenciados negativamente por el estrés.

Según Feldman (2010) El estrés no es más que la respuesta de una persona ante sucesos que considere amenazantes o difíciles y que afectan el bienestar de la persona, ya que se realizan esfuerzos por superarlo y esto produce respuestas biológicas y psicológicas que pueden generar problemas de salud. Un suceso es considerado estresante cuando es percibido como amenazador y para el cual la persona no cuenta con los recursos necesarios para enfrentarlo con eficacia. En este sentido, la interpretación que haga la persona de determinado suceso desempeña una función primordial en la determinación de lo estresante.

Clases de estrés.

Desde el ámbito clínico, y tomando como base la fuente del estrés, la naturaleza del mismo y los grupos etarios que lo padecen.

El sistema de clasificación psiquiátrica del DMS-V, bajo el epígrafe Trastornos relacionados con traumas y factores de estrés, incluye: trastorno de apego reactivo, trastorno de relación social desinhibida, trastorno de estrés postraumático, trastorno de estrés agudo, trastorno de adaptación, otro trastorno relacionado con traumas y factores de estrés especificado y trastorno relacionado con traumas y factores de estrés no especificado.

Berrio y Mazo, (2011): “el estrés se clasifica tomando como base la fuente del mismo. Así, se habla de estrés laboral, estrés amoroso, estrés sexual, estrés familiar, estrés por duelo, estrés médico, estrés ocupacional, estrés académico, estrés militar, estrés por tortura y encarcelamiento”.

Según Otero (2012), agrupar los estresores en cinco sectores:

Personal. Hay algunas características personales, condicionadas obviamente por el entorno, que favorecen el estrés, por ejemplo, la excesiva inhibición, la falta de habilidades sociales, la baja autoestima.

Familiar. En general, la estructura familiar disfuncional, así como los estilos educativos parentales presididos por la permisividad/anomia, el autoritarismo o la sobreprotección, igualmente desaconsejables.

Escolar. La insuficiente comunicación y las malas relaciones interpersonales, al igual que la estructura y la gestión institucionales predominantemente rígidas y verticales.

Social. La continua exposición a estímulos amenazantes, por ejemplo, vivir en un entorno hostil. De igual modo, han de incluirse como factores que predisponen a la ansiedad la existencia de problemas económicos en la familia y la falta de apoyo social suficiente.

Salud. Las enfermedades, sobre todo crónicas, con el malestar, el dolor y el temor acompañantes, son fuentes de estrés infantil, al igual que la posible hospitalización, que supone separación de la familia y alejamiento del entorno escolar y social, exigencias de adaptación a un medio extraño y con frecuencia vivenciado como amenazante, etc.

Collantes (2014) define tres diferentes tipo de estrés según las características que presentan, estos son:

Estrés Agudo: es el tipo más común, ya que surge de las exigencias y presiones del pasado y el futuro cercano. En pequeñas dosis no afecta al individuo, pero si se presenta de forma intensa representa un desgaste. Surge ante un acontecimiento traumático puntual que puede aparecer en cualquier momento. La mayoría de personas son capaces de reconocer los síntomas cuando presentan este tipo de estrés

Estrés Agudo Episódico: Este surge de las preocupaciones frecuentes, se produce cuando se experimentan con frecuencia episodios de estrés agudo. Está relacionado con personas que generalmente tienen a su cargo una gran cantidad de responsabilidades y exigencias por cumplir. Algunos de los síntomas que presenta son: Irritabilidad, Ansiedad, Nerviosismo, Tensión, Dolores de cabeza y migrañas, Hipertensión y Enfermedades cardíacas

Estrés Crónico: Para Collantes (2014) es el tipo de estrés considerado como el más dañino para el cuerpo y la mente, las personas que lo padecen son aquellas que por ninguna razón encuentran como afrontar sus situaciones problema, por esa razón se prolonga a largo tiempo y cada vez se les dificulta más el encontrar soluciones a sus problemas.

Estrés Cotidiano en los niños.

Al igual que los adultos, los niños y adolescentes también atraviesan por situaciones que les causan malestar a nivel físico y emocional, impidiéndoles el poder llevar una vida satisfactoria. El estrés cotidiano en la infancia hace referencia a preocupaciones que se dan en el entorno diario en el que se desarrollan los niños, incluye la familia, la escuela, la salud, las relaciones sociales entre otras.

Para Otero, (2012). En el período escolar (aproximadamente entre los 6 y los 12 años) son los aspectos ambientales los que suelen explicar la aparición del estrés infantil. Entre los factores estresantes hay que incluir la exposición del niño a situaciones de maltrato, la falta de afecto, la separación/divorcio de los padres, la penuria económica, los problemas en el centro educativo (inadaptación, malas relaciones, sobrecarga de trabajo, etc.), las enfermedades crónicas, la baja autoestima, las escasas habilidades interpersonales, etc.

Según Escabias (2008) La infancia es una etapa de la vida que se caracteriza por un gran número de cambios y los niños deben ir enfrentándose a ellos y buscar la forma de superar las dificultades que representan la transición entre una etapa y otra. En este sentido, es precisamente la falta de recursos para afrontar esos cambios que pueden convertirse en factores desencadenantes de estrés y de cierta

forma poner en peligro la estabilidad el proceso evolutivo del niño, desde el nacimiento hasta los trece años aproximadamente

Ante el enunciado por los autores líneas arriba llegamos a la conclusión, en el período escolar, el cual se da aproximadamente entre los 6-12 años, los síntomas del estrés son más fáciles de detectar que en la etapa preescolar, a medida que un niño va creciendo y se va desarrollando también va creciendo su habilidad para manifestar o describir lo que le sucede. Los aspectos ambientales son los principales agentes generadores del estrés. Situaciones como una mudanza, la transición de la primaria a secundaria, cambios constantes de profesores son circunstancias que requieren una adaptación y que si no se logra de forma satisfactoria va a repercutir de forma directa en la salud física y mental de los niños.

Las presiones a menudo provienen de fuentes externas (como la familia, los amigos o la escuela), pero también pueden surgir de la persona. La presión que nos imponemos puede ser muy significativa, porque a menudo hay una discrepancia entre lo que creemos que debemos estar haciendo y lo que hacemos realmente en nuestras vidas.

López y Fernández, (2006) El estrés puede afectar a cualquier persona que se sienta abrumada, incluso a los niños. En los niños en edad preescolar, el hecho de separarse de sus padres puede ocasionarles ansiedad. A medida que los niños crecen, las presiones académicas y sociales (en especial, la tarea de "encajar") crean estrés. Muchos niños están muy ocupados y no tienen tiempo para jugar de manera creativa o relajarse después de la escuela. Los niños que se quejan de la

cantidad de actividades en las que participan o se niegan a asistir a ellas pueden estar dando a entender que están demasiado atareados.

Según Trianes, (2009). El estrés de los niños no sólo puede aumentar por lo que sucede en su propia vida. ¿Sus hijos escuchan cuando usted habla sobre sus problemas en el trabajo, se preocupa por la enfermedad de un pariente o discute con su cónyuge sobre problemas económicos? Los padres deben tener en cuenta la manera en que hablan sobre estos problemas cuando sus hijos están cerca, porque los niños reconocerán la ansiedad de los padres y comenzarán a preocuparse.

Síntomas del estrés infantil.

Para Otero (2012), los síntomas se pueden dar a nivel psíquico, físico y conductual, los más frecuentes son presentados a continuación:

Síntomas psíquicos; Falta de motivación e interés, Irritabilidad, Ansiedad, Disminución de la capacidad para pensar, Falta de concentración, Errores de memoria y Labilidad afectiva

Síntomas Físicos; Alteración en el sueño, Pérdida o aumento de peso, Dolores de cabeza, Problemas digestivos.

Síntomas Conductuales; Rechazo de la escuela, Disminución en el rendimiento académico, Incumplimiento de tareas escolares y malas relaciones interpersonales.

El estrés puede estar relacionado con situaciones o experiencias vividas, entre las que se encuentran en primer lugar las relacionadas con su contexto escolar; el trabajo escolar o situaciones relacionadas con éste; cambio de salón, de escuela o de grupo o grado e incluso llegar tarde a las actividades escolares. Las interacciones sociales en este espacio académico; peleas o enojos entre

compañeros, ridiculización y/o maltrato por parte de los profesores etc. Y lo que se refiere al trato de los profesores; particularmente cuando existen regaños o llamadas de atención o bien otras medidas disciplinarias. La fuente de estrés en niños que ocupa el segundo lugar, se relaciona con su ambiente familiar; la pérdida de algún familiar directo, padre, madre, abuelo(a), hermano(a) etc, peleas o separación de la familia, integración de un nuevo miembro a este grupo social (hermanos, bebés, pareja de alguno de los padres etc). Otras fuentes de estrés en los niños pueden ser las actividades extraescolares (deportes o de descanso) o incluso actividades consideradas como placenteras; fiestas, celebraciones (navidad, día de reyes, paseos etc).

Causas del estrés cotidiano.

A. Fisiológicas: Estas causas están relacionadas con las enfermedades y lesiones del cuerpo que aumentan la tensión interior de la persona produciendo un nivel de estrés que se vuelve contraproducente hacia uno mismo. Por ejemplo, una enfermedad orgánica produce una reacción negativa en el campo emocional.

B. Psicológicas: Se relaciona con la vulnerabilidad emocional y cognitiva. Crisis vitales por determinados cambios: infancia, adolescencia, madurez, vejez. Relaciones interpersonales conflictivas o insuficientes. Condiciones frustrantes de trabajo o estudio: excesiva exigencia o competitividad, monotonía, normas incongruentes, insatisfacción vocacional, etc. Se produce por el impacto que producen las emociones cuando no pueden ser moduladas por la razón

C. Ambientales: Polución ambiental, alimentación desnaturalizada con tóxicos industriales, lugares de trabajo con poca seguridad o con carga electrostática, microorganismos patógenos, catástrofes, etc. producido frente a los cambios ambientales desfavorables, ruidos, luminosidad, alteraciones del ecosistema, etc.

Los llamados estresores o factores estresantes, son las situaciones desencadenantes del estrés y pueden ser cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático como sociocultural) que, de manera directa o indirecta, propicie la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo (homeostasis). Una parte importante del esfuerzo que se ha realizado para el estudio y comprensión del estrés, se ha centrado en determinar y clasificar los diferentes desencadenantes de este proceso. La revisión de los principales tipos de estresores que se han utilizado para estudiar el estrés, nos proporciona una primera aproximación al estudio de sus condiciones 28 desencadenantes, y nos muestra la existencia de diez grandes categorías de estresores:

- Situaciones que fuerzan a procesar información rápidamente.
- Estímulos ambientales dañinos.
- Percepciones de amenaza.
- Alteración de las funciones fisiológicas (enfermedades, adicciones, etc.).
- Aislamiento y confinamiento.
- Bloqueos en nuestros intereses.
- Presión grupal.
- Frustración.
- No conseguir objetivos planeados.
- Relaciones sociales complicadas o fallidas.

Ámbitos del estrés cotidiano infantil.

Según Baena (2007) clasifica al estrés cotidiano infantil en tres ámbitos que a continuación se detalla:

a) Estrés por la salud. Baena, (2007). subraya que el dolor y la enfermedad son una de las principales fuentes de estrés para los niños/as. Asimismo, otros autores identifican la hospitalización y la enfermedad crónica como estresores que afectan al propio niño/a y a la familia. Las visitas o procedimientos médicos y enfermedades comunes que se producen en la infancia también pueden ser considerados como estímulos estresantes.

b) Estrés por la Escuela La escuela es uno de los principales ámbitos de estrés en los niños/as. Baena, (2007). En el ámbito escolar, se aprecian diversas variables que pueden actuar como generadoras de estrés:

- Competencia académica auto percibida como negativa: puede afectar directamente a la autoimagen global e influir en el aprendizaje Baena, (2007).
- Dificultades de aprendizaje y bajo rendimiento escolar: generalmente originan situaciones estresantes para los alumnos/as como evaluaciones negativas, excesivo control, comparación con los compañeros/as.
- Relación profesor/a-alumno/a: un ambiente de clase caracterizado por la tensión y la falta de comunicación, un excesivo control del comportamiento de los alumnos/as por parte del profesorado y una alta valoración de la competitividad, puede provocar en el alumnado síntomas de estrés y conductas disruptivas y desafiantes Baena, (2007).
- Dificultades en las relaciones con los compañeros: las dificultades en las interacciones sociales y el bajo apoyo o rechazo de los compañeros/as.

c) Estrés por la Familia. Muchos acontecimientos familiares y acontecimientos vitales y cotidianos que ocurren en el contexto familiar pueden ser considerados por los niños/as como generadores de estrés. Entre éstos destacan los siguientes:

- Salud física y/o mental de los padres: las enfermedades físicas de los padres, especialmente las crónicas, constituyen un factor de riesgo para los hijos/as.

Baena, (2007) destacan que lo anterior genera una 11 sintomatología depresiva, problemas de conducta y un bajo rendimiento escolar. Además, los problemas conyugales de los padres y los errores en el estilo de crianza y educación.

- Conflictos familiares, como la separación o divorcio de los progenitores Baena, (2007). No obstante, el autor también afirma que: “lo relevante en estos casos es el grado de conflictividad y agresividad que suele acompañar a las rupturas familiares”.

Teorías relacionadas con el estrés.

2.3.1. Teoría Psicológica

Lazarus y Susan Folkman (1984) Definieron el estrés psicológico como una relación particular entre la persona y el entorno, valorada por la persona como una situación que le sobrepasa o pone en peligro su bienestar.

Aspectos significativos de esta definición. Lazarus y Folkman adoptan una posición basada en la interacción, afirmando que el estrés hace referencia a una relación existente entre la persona y el entorno. También considera que la clave de esta interacción es la valoración personal de la situación psicológica. Por ultimo creen que esta situación debe considerarse como una condición amenazante, desafiante o peligrosa.

Teoría Biológica:

El fisiólogo Walter Cannon (1871-1945) introduce el término estrés para referirse a la reacción fisiológica provocada por la percepción de situaciones aversivas o amenazantes.

Desde el punto de vista biológico se pueden definir los estímulos o situaciones en estresores, que por su capacidad para producir cambios fisiológicos en el organismo, automáticamente disparan la respuesta de estrés, causando enfermedades como: Colitis, Úlceras Gástricas, Migrañas, Gastritis, Lumbago. Los estímulos aversivos pueden producir, además de respuestas emocionales negativas, un daño en la salud de las personas. Por ejemplo los sucesos familiares que causan estrés, como mudanzas, cambio de empleo, divorcio y muerte. Muchos de estos efectos dañinos no son producidos por los propios estímulos. Si no por las reacciones a ellos. Por tanto la expresión de las emociones negativas puede tener efectos negativos, sobre quienes las experimentan y sobre aquellas con quienes interactúan.

Teoría Social:

Los teóricos Lazarus y Folkman (1984) consideraron la salud y la energía como una de las fuentes importantes de afrontamiento. Los individuos fuertes y saludables pueden responder mejor a las demandas externas e internas que las personas débiles, enfermas y cansadas. Dentro de estas resistencias aparecen las habilidades sociales. La confianza que uno tiene en su propia capacidad de hacer que otras personas colaboren puede constituir una importante fuente de manejo del estrés. Íntimamente relacionado con este recurso está el Apoyo social o la sensación de aceptación, afecto o valoración por parte de otras personas.

Según esta teoría existen circunstancias que el individuo experimenta cuando se relaciona con su medio ambiente y con la sociedad que lo rodea y éstas muchas veces pueden convertirse en algo nocivo para la salud y el equilibrio de su relación con los demás y el trabajo mismo provocando el estrés.

Niños del Nivel Primario de la Institución Educativa Leoncio Prado de Canchabamba

Los niños del nivel primario de la institución educativa Leoncio Prado son niños de bajos recursos, visten con características del distrito como son polleras y blusas, su nivel académico es bajo, por otro lado los horarios que cubrían los niños de dicha institución era de 7:30 am a 1:00 pm, los grados y secciones que se pudo observar fueron de 1er Grado a 6to Grado con una sola sección en cada grado, la institución es de material noble, tiene un campo de recreación para los niños y con docentes encargados de cada grado y aproximadamente hay de 10 a 15 alumnos por aula, cuenta con desayuno y almuerzo ya que es un colegio jec integrado, la ubicación de la institución se encuentra de la ciudad de Huaraz a 9 horas hacia la provincia de Huacaybamba luego de ello se viaja 5 horas más a lo profundo pasando por sus distritos principales que son : Cajan, Pinra y llegando a Canchabamba, ya en el distrito de Canchabamba la institución se ubica a la mano derecha antes de llegar a la plaza del distrito, todo ello pertenece al departamento de Huánuco, sin embargo se encuentra más cerca al departamento de Áncash.

Marco conceptual

- **Estrés cotidiano:** Estrés es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.
- **Niños:** Se entiende por niño o niña aquella persona que aún no ha alcanzado un grado de madurez suficiente para tener autonomía y la adolescencia
- **Institución educativa:** se entiende cualquier centro organizado con la finalidad de formar, de manera global o más específica, a las personas de distintas edades que acuden a él, todo centro que imparte enseñanza, ya sea centro docente, educativo o de formación profesional. El objeto de estos recintos es el de formar personas propiciándoles el desarrollo de sus potencialidades, tanto cognoscitivas, idiomáticas, físico-motrices y socioemocionales, es decir, enseñarles a desarrollar actitudes.
- **Sexo:** Es el conjunto de las peculiaridades que caracterizan los individuos de una especie dividiéndolos en masculinos y femeninos

- **Edad:** Cualquiera de los periodos en que se considera dividida la vida de una persona, o cualquiera de dichos periodos por sí solo. Una división común de la vida de una persona por edades es la de bebé, niño, púber, adolescente, joven, adulto, mediana edad y tercera edad.

5.2 Justificación de la investigación

El presente estudio tiene como finalidad establecer un punto de inicio hacia la lucha contra este malestar emocional que es el estrés. Esta investigación resultará útil para futuras investigaciones, para que se siga mostrando atención y darle énfasis al tema y así profundizar la realidad encontrada, contribuir al diseño de políticas y acciones de intervención de psicología más efectiva. Este estudio nos mostró los resultados para que la Investigación detecte los factores, problemas del estrés y logren realizar acciones reactivas, inculcar como son los juegos deportivos, ambientes más cómodos, evitar horarios antipedagógicos, etc. con el fin de apoyar a los estudiantes en el transcurso de sus estudios y con el objetivo principal de evitar la deserción y el bajo rendimiento académico.

En este sentido el estudio de esta investigación es importante ya que se relaciona con el área personal social y educativo en la medida que nos proporcionara una referencia de la variable, por otro lado servirá también

como referente para futuras investigaciones del medio que tengan interés en el tema. En cuanto al valor teórico el presente estudio llenara algún vacío o carencia de información existente sobre el estrés infantil ya que el medio local y regional existen escasos estudios con esta variable. Así mismo sobre la base de los resultados que se obtengan se podrá elaborar propuestas de programas de intervención sobre el estrés cotidiano infantil para la población estudiada. Este estudio servirá para la información que se brindara de manera general y también a dicha comunidad educativa, les servirá a los docentes encargados del nivel primario a saber sobre el estrés infantil y el nivel que se puede presentar en los niños de su institución. De igual manera será un estudio que aumente el marco teórico de los trabajos ya existentes, por consiguiente, es pertinente para la población, ya que no existen en la actualidad estudios que se hayan realizado en la población infantil de este lugar.

5.3 Problema

Según una encuesta realizada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 42 países, en las cuales España se encuentra entre los primeros puestos donde los niños se sienten más presionados por los deberes escolares. De hecho, uno de cada tres pequeños sufre estrés debido a esta causa. Raro es el centro escolar que, tras ocho horas de trabajo en la educación de los niños, le libera del peso de hacer más tareas en el hogar. Los deberes escolares se han convertido en un hecho habitual del que pocos niños se libran. Es así como llegan a casa, con ganas de jugar y disfrutar del círculo familiar pero

que se encuentran con el gran impedimento de tener que seguir con los libros abiertos y el lápiz afilado.

Dentro del contexto escolar, tener bajo rendimiento en las notas, ser blanco de burlas entre sus compañeros o víctima de bullying, no cumplir con las tareas, llegar tarde al colegio, ser humillado por los profesores en el aula, o ser cambiado de colegio, también agravará el estrés infantil. La sobrecarga de actividades entre la casa y la escuela, las demandas y exigencias de sus mayores, no sentirse a gusto y no saber cómo expresar lo que siente, puede llevarlos a altos niveles de estrés.

El estrés es un estímulo que nos agrede emocional o físicamente. Si el peligro es real o percibido como tal, el resultado es el mismo. Usualmente provoca tensión, ansiedad, y distintas reacciones fisiológicas. Es la respuesta fisiológica, psicológica y de comportamiento de un sujeto que busca adaptarse y reajustarse a presiones tanto internas como externas. (Ferrero, 2003).

Por lo mismo como esta investigación se realizó en el distrito de Canchabamba, provincia de Huacaybamba departamento de Huánuco, en este distrito se observó a la institución Educativa investigada y a la población de la misma falta de información acerca del estrés en los niños, es por ello que investigando acerca del tema y factores que influyen en ella se percibió la necesidad de realizarlo en la I.E del dicho Distrito, por lo que se observaron distintos acontecimientos como ambientes familiares inadecuados, tareas extraescolares, un bajo nivel académico por ausencia de los padres, violencia infantil y/o familiar, abandono emocional, separación de padres, bajo nivel

económico, poca comunicación en el ámbito familiar, alcoholismo y entre otros, por otro lado por ser de costumbres propias del Distrito en donde radican los adultos la gran mayoría son de lengua quechua hablantes y no tienen en su mayoría un buen niveles de estudio, lo que puede ser uno de los factores de que tanto niños, adolescentes, adultos y adultos mayores lleguen a tener estrés, lo cual los más afectados son los niños, es por ello que en esta investigación se interesa en el estrés cotidiano infantil debido a los factores mencionados y llegando a la problemática.

En esta provincia se trabajó en la Institución Educativa N° 84065, como Br. en el área de Psicología lo cual se observó diferentes problemas con respecto a los comportamientos y conductas que presentan los estudiantes del nivel primario. Uno de esos problemas, es que los estudiantes del nivel primario en los grados 3ro, 4to, 5to y 6to grado se observa la presencia de estrés cotidiano, ya que dicha problemática es producto de las siguientes causas:

La separación de la gran parte de los padres, se observa en la institución, que la gran mayoría de los estudiantes del nivel primario son hijos de padres separados, la que viene creando en la vivencia de los niños un estrés cotidiano que la muestran en sus actividades académicas así como en sus comportamientos.

Otra de las causas está relacionado con la violencia familiar que se presentan en los padres de familia, los niños en los encuentros de

relaciones interpersonales expresan en su gran mayoría, que en su casa casi siempre existe violencia entre sus padres, la que viene afectando y creando estrés en los niños.

Además otra de las causas de la presencia del estrés en los niños es por el bullying que sufren los niños por parte de sus compañeros, se observa muy cotidianamente que los niños provenientes de zonas urbanas siempre se burlan, discriminan las diferencias de los niños provenientes de zona rurales, la cual vienen produciendo estrés en los niños.

En ese sentido, vengo planteando hacer una investigación sobre la presencia del estrés cotidiano que existe en los estudiantes del nivel primario de la Institucion Educativa N° 84065 del distrito de Canchabamba de la provincia de Huacaybamba. Huánuco.

Formulación del problema de Investigación.

¿Qué niveles de estrés cotidiano presentan los niños del nivel primario de la Institución Educativo Leoncio Prado del Distrito de Canchabamba- Huánuco- 2017?

5.4 Conceptualización y Operacionalización de la Variable.

Estrés cotidiano

Se define como las demandas frustrantes e irritantes que acarrea la interacción diaria con el medio ambiente. (Kanner, Coyne y Lazarus, 1981, citado en Trianes et al 2011).

Tabla 1

Matriz de la operacionalización de las variables

Variable	Definición conceptual	Dimensiones	Indicadores	Índice o categorías	Técnica o instrumento
Estrés Cotidiano infantil	Se define como las demandas frustrantes e irritantes que acarrea la interacción diaria con el medio ambiente.	Ámbito de salud	Enfermedad Procedimientos médicos	Muy bajo 3-5	Inventario de Estrés Cotidiano Infantil – IECI
	Se trata de sucesos, problemas, preocupaciones y contrariedades de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad que	Ámbito escolar	Problemas con los compañeros	Bajo 6-7	
			Bajas calificaciones	Medio 9-8	Trianes, M ^a V; Blanca, M ^a J; Fernández-Baena,
			Actividades extraescolares	Alto 10-11	

pueden alterar el bienestar emocional y físico del individuo.	Ámbito familiar	Economía Abandono Separación de padres Pelea entre hermanos	Muy alto 13-14	F.J.; Escobar, M. Y Maldonado, E.F (2011)
El estrés es un proceso natural del cuerpo humano, que genera una respuesta automática ante condiciones externas que resultan amenazadoras o desafiantes, y que a veces perturban el equilibrio emocional de la persona				

Fuente: elaboración propia

5.5 Objetivos

Objetivo general

Determinar el nivel de estrés cotidiano infantil que presentan los niños de la institución educativa “Leoncio Prado” - Canchabamba – Huánuco 2017.

Objetivos específicos

- Establecer el nivel de estrés cotidiano infantil en el *ámbito de la salud* de los niños de la institución educativa “Leoncio Prado” del Distrito de Canchabamba- Huacaybamba- Huánuco- 2017
- Establecer el nivel de estrés cotidiano infantil en el *ámbito escolar* de los niños de la institución educativa “Leoncio

Prado” del Distrito de Canchabamba- Huacaybamba- Huánuco- 2017

- Establecer el nivel de estrés cotidiano infantil en el *ámbito familiar* de los niños de la institución educativa “Leoncio Prado” del Distrito de Canchabamba- Huacaybamba- Huánuco- 2017

6. METODOLOGIA

Tipo y diseño de investigación

De acuerdo al criterio de la orientación del estudio, constituye una investigación básica y descriptiva, por que busca especificar propiedades y características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice (Hernández, Baptista y Baptista, 2007). En tal sentido la presente investigación es una investigación Básica descriptiva y por la forma de desarrollo es una investigación no experimental, porque no existe manipulación de variables ya que solo recoge información respecto al objeto de estudio.

El diseño de investigación asumido es descriptivo simple, cuyo diagrama es el siguiente:

M ----- O

Donde:

M: Muestra de estudio (niños)

O: Es la observación que se ha desarrollado. (Estrés cotidiano)

Población y muestra

Población

Según Lepkowki, (2000) citado por Hernandes, Fernandez y Baptista, (2013), donde nos señala que la “Una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones”

Ante lo enunciado por el autor llego a determinar que la población que será objeto de estudio estará representada por 109 estudiantes del nivel primario de una institución educativa Leoncio Prado de Canchabamba, entre el grado 1ero al 6to entre varones y mujeres.

Muestra

En este caso para determinar la muestra se utilizará un muestreo no probabilístico por conveniencia o accidental en lo cual Hernández, Fernández y Baptista (2014) refieren que la muestra no probabilística o dirigida es un subgrupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad, sino de las características de la investigación.

Para determinar la muestra utilizaremos la siguiente formula

Hernandez, Fernandez & Baptista (6^{ta} edición, p.175) define a la muestra como *“un subgrupo de la poblacion”, se “pretende que este subgrupo sea un reflejo fiel del conjunto de la poblacion”*. Para seleccionar la muestra deben delimitarse las características de la población.

$$n = \frac{Z^2 p(1-p)N}{e^2(N-1) + Z^2 p(1-p)}$$

Dónde:

N: población (109)

Z: nivel de confianza 1.96 para el (95% de confianza)

P: probabilidad de acierto (0.5)

E: Error es 0.05 (5% error máximo)

n: número de elementos de la muestra a calcular

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5)(1-0.5)(109)}{(0.05)^2(109-1) + (1.96)^2 (0.5)(1-0.5)} = 71$$

En este caso la muestra es de 71 estudiantes que consta de 31 mujeres y 40 varones con edades aproximadamente de 7 años a 13 años de los grados 3ro al 6to grado del nivel primario de la institución educativa Leoncio Prado de Canchabamba.

Método, técnica e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

Para llevar a cabo esta investigación se utilizó como medio de recolección de datos la encuesta, la cual es una técnica de investigación que consiste en una interrogación verbal o escrita que se realiza a las personas con el fin de obtener información necesaria para la presente investigación.

Instrumento

En la presente investigación se utilizó el “Inventario de Estrés Cotidiano Infantil (IECI)” diseñado por Trianes, M. V.; Blanca, M. J.; Fernandez-Baena, F.J.; Escobar, M. y Maldonado, E.F.; editado por TEA Ediciones en el año 2011. Lo cual este test mide el estrés cotidiano infantil, cuya administración puede ser individual o colectiva y el cual consta de 22 ítems. El cual recoge tres sub escalas: problemas de salud y psicosomáticos, estrés en el ámbito escolar y estrés en el ámbito familiar. Los estudios de fiabilidad menciona que la consistencia interna de las sub escalas resulta insuficiente para los estándares clásicos, con eficientes alfa que oscilan entre 0.62 y 0.68. Más confianza merece la puntuación en estrés total, que si tiene una consistencia interna adecuada (0.81). Algo mejores son los resultados sobre la estabilidad de las puntuaciones, si bien la muestra empleada en este caso es relativamente pequeña (100 niños).

El objetivo es medir el estrés cotidiano infantil, que los autores definen con ejemplos como pequeñas contrariedades o preocupaciones que pueden suceder con mucha frecuencia, como exceso de actividades extraescolares, discusiones con la familia, etc. Se trata de un inventario que presenta 22 afirmaciones que describen sucesos, demandas,

problemas o situaciones que pueden haberle sucedido en el último año al niño, que contesta indicando si la situación concreta le ha sucedido o no. Para contestar el niño simplemente rodea el SÍ o el NO. El rango de edad de aplicación (individual o colectiva) es de 6 a 12 años, aproximadamente. Para los más pequeños, (niños menores de 8 años), cuenta con versiones simplificadas de los ítems originales. Estas versiones simplificadas pueden ser leídas por la persona que administre el test de modo que se comprenda adecuadamente el contenido del ítem y siga siendo una aplicación estandarizada. Asimismo, se recomienda que, en estos casos, la aplicación sea individual o en pequeños grupos. Se puede utilizar en el marco clínico y, especialmente en el ámbito escolar.

Validez del instrumento.

Para la validez de contenido se hizo uso de la técnica de los jueces o juicio de expertos, solicitándose el concurso de docentes conocedores de las áreas de estudio involucradas.

Se entiende la validez de contenido como el grado en que el instrumento presenta una muestra adecuada de los contenidos a los que se refiere, sin omisiones y sin desequilibrios Kerlinger y Lee, (2002).

Validez de la escala para medir el estrés cotidiano en niños, según expertos

Experto	Condición final
Juez 1	Aplicable
Juez 2	Aplicable
Juez 3	Aplicable

Confiabilidad de los instrumentos:

Para determinar la fiabilidad de los instrumentos se calculó su consistencia interna por medio del coeficiente Alpha de Cronbach, dado que las respuestas de la escala eran politómicas.

En términos generales la fiabilidad hace referencia a la consistencia de las respuestas que ofrecen los sujetos en un instrumento. Este análisis consiste en determinar el grado en que las medidas están libres de error, es decir el grado en que los distintos ítems de una instrumento miden la misma cosa o varían entre sí Wallen y Fraenkel, (2001).

Según Hogan (2004), la escala de valores que determina la confiabilidad está dada por los siguientes valores:

Alrededor de 0.9, es un nivel elevado de confiabilidad.

La confiabilidad de 0.8 o superior puede ser considerada como confiable Alrededor de 0.7, se considera baja

Inferior a 0.6, indica una confiabilidad inaceptablemente baja.

Confiabilidad de los instrumentos – Alfa de Cronbach

Instrumento	Alfa de Cronbach	Nº Ítems
Escala para medir la actitud frente a la inmunización	.860	22

En función del resultado obtenido del juicio de expertos que consideraron el instrumento aplicable y el índice de fiabilidad obtenido por el alfa de Cronbach igual a .860; se asumió que los instrumentos eran altamente confiables y procedía su aplicación.

Procedimiento y Procesamiento de recolección de datos

Antes de la aplicación de instrumento se coordinó con las autoridades del colegio de la población del estudio, para ver la fiabilidad de recojo de información, luego se solicitó una carta a la escuela de psicología dirigida al director de la institución educativa. Una vez que se pidió la carta se entregó a la institución correspondiente, se regresó por la respuesta de la carta, se coordinó las fechas, horarios y lugar para la aplicación de los instrumentos de la investigación, se hizo una preparación del material para la aplicación (protocolos de las pruebas, lápices, tajador, borrador), luego se procedió a la aplicación del instrumento, para lo cual se le explico la importancia y los objetivos a los participantes, se dio las indicaciones e instrucciones para el desarrollo del instrumento, se revisó la conformidad de los datos recopilados de los instrumentos aplicados, luego se organizó y se depuro la información. En relación a la calificación e interpretación de las pruebas y para la elaboración de la matriz de datos, se prosiguió con el vaciado de datos al programa Excel (2013) acto seguido se utilizó el programa Spss 23 para el análisis estadístico de los resultados.

Protección de los derechos humanos de las personas investigadas.

En esta investigación se ha tomado en cuenta los lineamientos éticos en la investigación psicológica descrita en el código de ética del psicólogo peruano (artículo 23 al 28) y el código de la asociación americana de psicología APA (2010), por lo que se tuvo en consideración los siguientes aspectos:

Derecho a la información. - Los participantes fueron debidamente y oportunamente informados de los objetivos y propósitos de la investigación antes de proceder a la recolección de datos.

Respecto al libre albedrío. - se respetó la decisión de aquellas personas que no desearon participar en la investigación.

Respeto a la privacidad.- se garantizó la total confidencialidad de las identidades (nombres y apellidos) al momento de recolectar la información. El manejo de la información como producto de los resultados del estudio, fue de uso exclusivo para fines académicos y de la investigación.

7. RESULTADOS

A continuación, se presenta los resultados obtenidos en función a los objetivos planteados, los mismos que se exhiben en tablas.

Tabla 2

Distribución de los niveles de Estrés Cotidiano total

Niveles	f	%
Muy bajo	28	39.4
Bajo	8	11.3

Medio	22	31.0
Alto	4	5.6
Muy alto	9	12.7
Total	71	100

Fuente: Elaboración propia

Distribución de los niveles de Estrés Cotidiano total en niños de educación primaria de la I.E. Leoncio Prado - Canchabamba

Los resultados de la tabla 2 muestran lo siguiente, del 100 % de niños que han participado en el cotejo del test se observa que, el 31.0% presentan estrés cotidiano medio y el 12.7% presentan estrés cotidiano muy alto en el ámbito Familiar.

Tabla 3

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria en el ámbito salud

Niveles	f	%
Muy bajo	25	35.2
Bajo	16	22.5
Medio	15	21.1

Alto	8	11.3
Muy alto	7	9.9
Total	71	100

Fuente: Elaboración propia.

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria en el ámbito salud de la I.E. Leoncio Prado - Canchabamba.

Los resultados de la tabla 3 muestran lo siguiente, del 100 % de niños que han participado en el cotejo del test se observa que, el 21.1 % presentan estrés cotidiano medio, el 11.3 % presenta estrés cotidiano alto y el 9.9 % de niños presentan estrés cotidiano muy alto en el ámbito de salud.

TABLA 4

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria en el ámbito escolar.

Niveles	f	%
Muy bajo	15	21.1
Bajo	21	29.6
Medio	9	12.7
Alto	20	28.2
Muy alto	6	8.5
Total	71	100

Fuente: Elaboración Propia

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria en el ámbito escolar de la I.E. Leoncio Prado - Canchabamba.

Los resultados de la tabla 4 muestran lo siguiente, del 100 % de niños que han participado en el cotejo del test se observa que, el 12.7 % presentan estrés cotidiano medio, el 28.2 % presenta estrés cotidiano alto y el 8.5 % presentan estrés cotidiano muy alto.

Tabla 5

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria en el ámbito Familiar

Niveles	F	%
Muy bajo	28	39.4
Bajo	22	31.0
Medio	10	14.1
Alto	9	12.7
Muy alto	2	2.8
Total	71	100.0

Fuente: Elaboración Propia

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria en el ámbito Familiar de la I.E. Leoncio Prado - Canchabamba.

Los resultados de la tabla 5 muestran lo siguiente, del 100 % de niños que han participado en el cotejo del test se observa que, el 14.1 % presenta estrés cotidiano medio, el 12.7 % presenta estrés cotidiano alto y el 2.8 % de estudiantes presentan estrés cotidiano muy alto en el ámbito Familiar.

Tabla 6

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria según Sexo

Sexo	Estrés cotidiano infantil					
	Masculino		Femenino		Total	
	f	%	f	%	f	%

Muy Bajo	13	34.2	15	45.5	28	39.4
bajo	5	13.2	3	9.1	8	11.3
Medio	15	39.5	7	21.2	22	31.0
Alto	1	2.6	3	9.1	4	5.6
Muy Alto	4	10.5	5	15.2	9	12.7
Total	38	100	33	100	71	100

Fuente: Elaboración propia

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria según Sexo de la I.E. Leoncio Prado - Canchabamba.

Los resultados de la tabla 6 muestran lo siguiente, del 100 % de niños que han participado en el cotejo del test se observa que, en el sexo masculino el 39.5% presenta estrés cotidiano medio y el 10.5% de estudiantes presentan estrés cotidiano muy alto, por otro lado, en el sexo femenino, el 21.2% presentan estrés cotidiano medio y el 15.2% presentan estrés cotidiano muy alto.

Tabla 7

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria Según Edad

Nivel Estrés Según edad								
Edad	8 Años		9 Años		10-11 Años		11-15 Años	
	f	%	f	%	f	%	f	%

Muy Bajo	0	0.0	5	21.7	16	51.6	7	50.0
bajo	0	0.0	0	0.0	5	16.1	3	21.4
Medio	1	33.3	12	52.2	6	19.4	3	21.4
Alto	1	33.3	0	0.0	2	6.5	1	7.1
Muy Alto	1	33.3	6	26.1	2	6.5	0	0.0
Total	3	100	23	100	31	100	14	100

Fuente: Elaboración propia

Estrés Cotidiano en niños de educación primaria Según Edad de la I.E. Leoncio

Prado - Canchabamba.

Los resultados de la tabla 7 muestran lo siguiente, del 100 % de niños que han participado en el cotejo del test se observa que, en la edad de 8 años el 33.3% presenta estrés cotidiano medio, alto y muy alto, en la edad de 9 años, el 52.2% estrés cotidiano medio, el 26.1% de estudiantes presentan estrés cotidiano muy alto, en la edad de 10-11 años el 6.5% presenta estrés cotidiano alto y muy alto, en la edad de 11-15 años, el 21.4% estrés cotidiano medio, el 7.1% presenta estrés cotidiano alto.

8. ANALISIS Y DISCUSIÓN.

El objetivo que se ha planteado para el desarrollo de la presente investigación es, Determinar el nivel de estrés cotidiano infantil que presentan los niños de la institución educativa “Leoncio Prado” - Canchabamba 2017. Frente a este

objetivo los estudios realizados por; **Pacheco (2016)**, en su investigación, “Estrés en la infancia evaluación e intervención educativa”, realizado en estudiantes del nivel primario, concluye en lo siguiente: El comportamiento de los estudiantes en el aula, su motivación, atención y concentración, su desarrollo socioemocional y rendimiento académico depende de un gran número de factores. Entre éstos se puede citar el estrés que actualmente tiene un gran impacto en el ámbito infantil y juvenil. El profesorado, a pesar de que percibe altos niveles de estrés en la sociedad actual, manifiesta la escasa formación recibida en este ámbito y el insuficiente conocimiento de que dispone para controlar el estrés. Esto evidencia una fuerte repercusión negativa a la hora de tratarlo en el aula. Por ello, es necesario incrementar la formación y sensibilización de los maestros/as en estrés.

Además, **Martínez y Otero (2012)**, en su trabajo de investigación titulado estrés en la infancia, concluye en lo siguiente; que es necesario el cultivo de un ambiente escolar apropiado. Dicho esto, se confirma en nuestra investigación la presencia de estrés en la infancia y, por tanto, la necesidad de prestar atención a un fenómeno que durante mucho tiempo se ha obviado. El 11,54% de la muestra presenta estrés: leve (7,05%) o grave (4,49%). Estos datos, meramente descriptivos, y que con arreglo al test utilizado se explican a partir de estresores cotidianos del ámbito de la familia, de la escuela y de la salud, deben ser tenidos en cuenta, no sólo por los especialistas clínicos, sino también por los profesionales de la educación.

Aun mas, **Pérez (2016)**, en su trabajo de investigación titulado; "factores de estrés cotidiano entre alumnos de quinto primaria y alumnos de sexto primaria que egresan de la escuela kemna'oj.", concluye en lo siguiente: Los principales

factores desencadenantes de estrés cotidiano en los alumnos de quinto y sexto primaria de la Escuela Kemna'oj son el ámbito familiar y el ámbito escolar, los cuales provocan insatisfacción creando personas vulnerables. Los alumnos de sexto primaria quienes egresan de la institución académica presentan un nivel de estrés global más elevado, al igual que en las diferentes subescalas medidas: Ámbito de la salud, ámbito escolar y ámbito familiar, en comparación a los alumnos de quinto primaria quienes mostraron resultados menos elevados teniendo presente que la diferencia no es significativa. Los factores de estrés cotidiano varían de un grupo a otro, concluyendo que el ámbito escolar es el principal estresor en los alumnos de quinto primaria, mientras que el ámbito familiar en los alumnos de sexto primaria. Por su parte el ámbito de la salud no refleja ser un área significativa de preocupación para los alumnos.

El resultado de esta investigación nos indica que, los estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa de Canchabamba muestran los siguientes niveles de estrés: presencia de estrés Muy alto en 12,7%: alto 5.6% de estudiantes, medio 31,0%, bajo 11,3% y muy bajo 39,3%. Lo que significa que, los estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa si presentan de alguna forma estrés cotidiano. Por lo tanto el nivel de presencia del estrés cotidiano en los estudiantes esta entre los niveles medio y muy alto en su gran mayoría de los estudiantes.

9. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

9.1 Conclusión

El nivel de estrés cotidiano infantil que presentan los niños de la Institución Educativa “Leoncio Prado” – Canchabamba, en el resultado general se encuentra mayores porcentajes de los niveles muy alto, alto y medio, lo que muestra la tabla de resultados; Muy alto en 12,7%, alto 5.6% y medio 31,0 % de estudiantes. Por otro lado se divide los resultados mediante Ambitos lo cual se obtuvo los siguientes resultados: en el nivel de estrés cotidiano infantil *ámbito de la salud* de los niños de la Institución Educativa “Leoncio Prado” del Distrito de Canchabamba- es Muy bajo y bajo, así lo muestran los resultados obtenidos ; presencia de estrés en los estudiantes del nivel primario; Muy bajo 35.2% y 22.5% bajo de estrés. El nivel de estrés cotidiano infantil en el *ámbito escolar* de los niños de la Institución Educativa “Leoncio Prado” del Distrito de Canchabamba se encuentre en los niveles de estrés muy alto, alto y medio, así lo muestra los resultados de la tabla; presencia del estrés muy alto 8,5%, alto 28,2% y Medio 12.7%, es decir existe estrés cotidiano promedio en los estudiantes de Canchabamba. El nivel de estrés cotidiano infantil en el *ámbito familiar* de los niños de la institución educativa “Leoncio Prado” del Distrito de Canchabamba es; Muy bajo y Bajo, así lo muestran los resultados de la tabla cotejada; presencia de estrés cotidiano en estudiantes del nivel primario; Muy bajo 39.4% y Bajo 31.0%, es decir escasa presencia de estrés cotidiano en los estudiantes.

9.2 Recomendaciones

- Se recomienda a los especialistas del Ministerio de Educación (MINEDU) hacer hincapié a este tipo de problemática, así mismo poder abordar capacitaciones para el personal encargado de las ugeles, directores y profesores sobre diversos temas psicológicos sociales y educativos para la mejora de los estudiantes.
- Se recomienda a las ugeles, gestionar capacitaciones para los directivos y docentes sobre el abordaje de este tipo de problemática para así poder prevenir casos de este ámbito.
- Se recomienda a las autoridades de la Institución educativa fortalecer la Atención tutorial integral (ATI) para la mejora de las relaciones y talleres que se le brinda durante el curso de tutoría para fortalecer las relaciones sociales de los niños con los docentes y padres de familia, así como con sus compañeros de estudio, mediante trabajos de talleres y orientaciones a padres de familia.
- Se recomienda a los padres de familia educarse con respecto al trato, sus relaciones con sus hijos así como a la práctica de una vida con mayor confianza y salud mental y de esta forma se puede desterrar la presencia de los estresores cotidianos que se presentan a diario en la actividad Académica y social de los estudiantes.
- Se recomienda que para las siguientes investigaciones estandarizar el instrumento a la realidad del lugar donde se va a realizar la investigación, para de esta manera obtener datos más precisos
- Se recomienda enseñar a los niños a ser más asertivos, pedir ayuda y saber comunicarse con los docentes y/o padres de familia.

- Estimular habilidades comunicativas para expresar sentimientos, miedos.
- Construir sentimientos de autoestima, animarle en situaciones de éxito.
- Buscar una asesoría profesional cuando los signos del estrés no desaparezcan.
- Escuchar música, bailar, relajarse y/o hacer un deporte junto con el niño.
- No insistir en los hábitos tóxicos que no resuelven sus problemas.

10. AGRADECIMIENTO

Primeramente doy gracias a Dios por darme a mis padres Alejandro y Elena, hermanos Alejandro, Erick, Cesar y familia que escogió para mí, ya que con su arduo trabajo me iban formando para llegar a ser una buena profesional como ellos lo son, por apoyarme en la elección de la carrera de psicología que lo siento tan en mí, por brindarme el apoyo incondicional y la fuerza que se necesita para salir adelante a pesar de los tropiezos, por la fe y esperanza que tuvieron en mí para alcanzar lo que estoy alcanzando. por darme el cuidado y la guía de fortaleza que se necesita para llegar al objetivo que uno se traza y enseñarme que las caídas son para fortalecer nuestro camino.

Gracias a cada uno de mis maestros que hicieron parte de este proceso integral de formación, que deja como producto terminado este grupo de graduados y como recuerdo y prueba viviente en la historia, esta tesis que perdurara dentro de los conocimientos y desarrollo de las demás generaciones que están por llegar.

La autora

11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Amores V. (2016) *El Estrés Infantil y La Agresividad de los Niños y Niñas De 4 A 5 Años, De La “Unidad Educativa San Vicente Ferrer”*, De La Ciudad De Puyo, Del Cantón Y Provincia De Pastaza, En El Año Lectivo 2013. Universidad Tecnológica Indo américa.

Baena M. (2007). *Causas y efectos del estrés laboral*. San Salvador: Universidad de El Salvador, Escuela de Ingeniería Química.

Berrío, N., y Mazo, R. (2011). *Estrés académico*. Revista de Psicología Universidad de Antioquia.

Collantes (2014) *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica* (1ª. ed.). Editorial Paidós. Buenos aires.

Escabias R (2008) *La infancia es una etapa de la vida que se caracteriza por un gran número de cambios y los niños deben ir enfrentándose*.

Ferrero T (2003) *Individualismo e colectivismo, percepções de justiça e comprometimento Em organizações latino-americanas*. Revista Interamericana de Psicología.

- Flores, L (2017). *Propiedades Psicométricas de la escala de estrés cotidiano infantil en niños de 3ero a 5to grado de primaria de colegios de Lima Metropolitana.*
- Gonzales J (2014). *Estrés. Repercusión del estrés en la infancia.*
- Hogan (2004) *Bienestar y malestar dentro del grupo.* En T. Barreiro, Trabajos en grupo. (pp. 47-66). Ediciones Novedades Educativas. Buenos Aires.
- Huertas G. (2017) “*Estrés cotidiano infantil y memoria auditiva inmediata en estudiantes de cuarto y quinto de primaria de una institución educativa – 2017*”.
- Hernández, Fernández y Baptista (2007) *Metodología de la investigación*, Cuarta Edición
- Hernández, Fernández y Baptista (2014) *Metodología de la investigación*, Quinta Edición
- Kerlinger y Lee, (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica* (1ª. ed.). Editorial Paidós. Buenos aires.
- Lazarus y Susan Folkman (1984) *Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los estudiantes del colegio de bachilleratos de la comunidad de Angahuan.*

López y Fernández, (2006) *El estrés puede afectar a cualquier persona que se sienta abrumada, incluso a los niños.*

Martínez y Otero (2012) *Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en los estudiantes del colegio de bachilleratos.*

Otero V. (2012). *Estrés en la infancia. Estudio de una muestra de escolares.* Edit. Universidad Complutense. Madrid. España.

Pacheco (2016). “*Estrés en la infancia evaluación e intervención educativa*”, Edit. Universidad de Granada. España.

Pérez (2016). *Factores de estrés cotidiano entre alumnos de quinto primaria y alumnos de sexto primaria que egresan de la escuela kemna'oj.* Edit. Universidad Rafael Landívar- Guatemala.

Trianes T., M. V., B Mena, M. J., F Baena, F. J., Escobar E, M., & Maldonado M, E. F. (2009). *Evaluación del estrés infantil y el rendimiento académico en niños menores de 6 años.* Psicothema

12. ANEXO Y APENDICE

12.1 APÉNDICE A

BAREMOS PARA LA MUESTRA PERUANA
Estandarizado por Ps. Lady Yanidee Medina Oliva
Universidad de Chiclayo (2012)

Tabla 34

Baremo Percentilar General para el Inventario de Estrés Cotidiano Infantil.

Percentiles	Problemas de Salud y Psicosomáticos	Estrés en el Ámbito Escolar	Entrés en el Ámbito Familiar	Estrés Cotidiano Infantil (Escala General)	Nivel o Categoría
10	1	1	1	3	Muy bajo
20	1	1	1	5	
30	2	2	1	6	Bajo
40	2	2	2	7	
50	3	3	2	8	Medio
60	3	3	3	9	
70	4	4	3	10	Alto
80	4	4	4	11	
90	5	5	4	13	Muy alto
95	6	6	5	14	

12.2 ANEXO